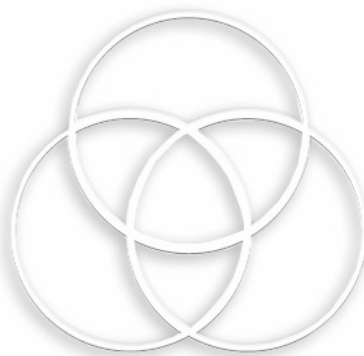




## coaching integral

emocional - mental - lingüístico - corporal - energético - espiritual



SEVILLA  
COACHING

Teléfono de contacto: 678 777 204.  
[info@sevillacoaching.com](mailto:info@sevillacoaching.com)

CENTRO DE FORMACIÓN EN COACHING  
[www.sevillacoaching.com](http://www.sevillacoaching.com)

## **PROGRAMA DEL CURSO MASTER EN COACHING**

(Octubre 2011 - Abril 2012)

Este curso ofrece la oportunidad de vivir experiencias activadoras en un grupo máximo de 12 personas, permite tomar consciencia de nuevos recursos que facilitan la mejora personal y profesional, y un crecimiento personal progresivo desde el mismo inicio del curso.

Las personas que compartiréis esta experiencia descubriréis a través del Coaching, la posibilidad de aprender a relacionarse de forma sana y sin tensión, para intervenir en los demás y en uno mismo, de manera útil y aplicado en las diferentes áreas de la vida (personal, pareja, familiar, profesional, empresarial...), siempre con respeto a tu propia individualidad durante todo el proceso.

### **Objetivo del Programa de Formación**

Coaching aplicado a la vivencia de experiencias activadoras, permite tomar consciencia de nuevos recursos que facilitan el desarrollo y crecimiento personal, respetando la individualidad de la persona.

La toma de consciencia de un recurso hace que siempre esté con nosotros a lo largo de la vida, la plasticidad del cerebro se ha demostrado que no se pierde con los años, por tanto está dirigido a quién tenga la inquietud y el deseo de dar un paso más en el conocimiento, experiencia y mejora de uno mismo en el ámbito de la vida.

Un recurso es una solución que se revela de forma natural sin esperarla, y que acalla viejos o nuevos criterios, que producen o producían cierta tensión. Se reconoce como recurso en el justo momento en que nos damos cuenta de que esto "nuevo" es liberador para nuestro pensar y sentir. Es aquí donde recuperamos un poco más de oxígeno que se perdió algún día.

Coaching integral se centra en la unificación de las áreas de la vida: Emocional, Mental-Lingüística, Corporal, Energética y Espiritual.

Este programa de formación se aplica manteniendo el objetivo de difundir la esencia del Coaching, aprender su técnica, para aplicarlo en lo personal y/o profesionalmente, y el de aprender a cómo aprender de uno mismo para integrarlo como recurso esencial en el día a día, volver a ser el protagonista generando la propia autofilosofía; junto a las técnicas más innovadoras, activa el aprendizaje en gestión emocional, desarrollo de la capacidad de atención, conocer la mente y el poder de la palabra, afinar en la elección que va con tu propia naturaleza para encontrar y activar la mejora, re-descubrir la corporalidad y encontrar el equilibrio energético, descubriendo un cambio de estado personal progresivo, de presencia y calma interior.

También existe un espacio para quienes deseen iniciar un proceso de crecimiento personal en común (parejas, padres, ...), facilitando el aprendizaje de cómo intervenir en quienes te rodean sin generar tensión interna y descubrir como el cambio interior produce un cambio en la actitud de lo exterior.

Puedes formarte como Coach y emprender una actividad profesional de forma independiente y/o bien aplicada dentro de tu entorno laboral actual. También existe la posibilidad de desarrollarte profesionalmente como formador en Coaching.

## ¿Qué es Coaching?

Coaching es un proceso ecológico del despertar de la consciencia. Es ecológico y sincero con uno mismo porque nadie añade algo a tu persona, siempre serás tú. La respuesta a lo que te ocurre ya existe en tí, aunque de forma inconsciente, "el" coaching permite activarla sin añadir.

Si estas viviendo un momento difícil, o deseas iniciar un proceso de cambio personal o profesional, "el" Coaching te facilita definir y lograr tus objetivos de manera práctica, directa y definitiva.

Un buen Coach no pondrá nada de él en un proceso de coaching, habrá llegado al "Ser" interior, y sabrá estructurar la pregunta adecuada desde su calma y quietud interna, no reaccionará, ni interpretará o emitirá un juicio, simplemente te atenderá, te acompañará...

Coaching como formación se convierte en un proceso de transformación personal. (aprender a aprender de uno mismo).

En coaching no hace falta el pasado para estar bien ahora mismo, facilitará que seas tú quien se de cuenta de qué se mueve en un nivel más profundo de la conciencia, y la respuesta se revelará de forma natural. Esta revelación se convertirá en un recurso que estará siempre contigo y que te facilitará conectar al verdadero "Ser".

Coaching significa "entrenamiento" en inglés.

## ¿Para qué Coaching ?

Mejora la calidad de vida y sobretodo la relación existente con uno mismo y con las personas que te rodean (personal, familiar, pareja, profesional...).

El coaching como formación, mejora la gestión de uno mismo, de la emocionalidad y de la actitud mental, la forma en que hablamos (lingüística), la corporalidad, y por tanto la energética, se podría decir que facilita encontrar un sentido más verdadero a la vida a través de la integración en cada instante que vivimos.

## ¿Cómo?

A través de la formación accedes a formarte como Coach, emprender un crecimiento personal donde adquieres recursos a través de vivencias específicas manteniendo siempre tu propio espacio de aprendizaje, aprenderás coaching, como intervenir en los demás y en tí mismo de manera sana, y podrás ser tú durante todo el proceso.

Coaching a través de sesiones individuales mediante una relación profesional con un Coach facilita revelar la verdadera realidad sobre las situaciones que nos envuelven cada día. El programa incluye sesiones particulares de coaching durante todo el proceso.

La implantación de un sistema de coaching en la empresa, mejora las relaciones profesionales y sobretodo cambia la visión del sistema gerencial actual, mejora el desempeño en todos las áreas, directivos, trabajadores, autónomos... En la mejora personal está la profesional, y en el trabajo somos personas trabajando.

## Coaching en el Trabajo y Empresa

No hace falta saber de finanzas para ayudar a que un Director Financiero mejore su desempeño.

El estado personal en el ámbito profesional marca la relación profesional existente con la empresa y con los compañeros. Aprender Coaching para quién tiene a su cargo a personas, permite trascender la relación gerencial habitual por una más sana, motivadora y práctica, un directivo Coach dispone de recursos que habrá integrado en su formación y podrá aplicarlo para mejorar la competencia y desempeño del personal.

Alguien que lleva mucho tiempo desempeñando un cargo en la empresa y de repente cambia su ritmo de trabajo o deja de ser competente, ¿ha perdido su experiencia? ¿ha dejado de saber? ...

Existe algo más profundo que se mueve interiormente en las personas y empezar a reconocer qué es en uno mismo, facilita aprender a gestionarlo, verlo y aplicarlo de forma útil en los demás.

La implantación de un sistema de Coaching en una Empresa producirá la mejora en el desempeño del personal y la productividad de la misma. Puede estar dirigido a directivos con la finalidad puesta en la mejora de sus competencias (comunicación, liderazgo, dirección y toma de decisiones, cambio de la actitud gerencial hacia el desarrollo del directivo coach, ...), también se aplica en departamentos mediante la aplicación de un programa específico y personalizado. Estos programas incluyen sesiones de coaching de apoyo y un estudio previo que determina los objetivos a los que se desea llegar y la dinámica del plan formativo.

Si deseas aplicar coaching en tu empresa o mejorar tu estado personal en tu entorno laboral, bienvenido al "Coaching".

## Proceso individual de Coaching

Vivir tu propio proceso de coaching te permite examinar cualquier situación que te produzca cierta tensión o inquietud, de la que no te encuentras liberad@ y deseas plantearte un cambio. A través del Coaching podrás hacer consciente las creencias limitantes que te llevan a sentirte así.

Los objetivos pueden ser diversos y tiene relación con las áreas de la vida (personal con uno mismo, familiar, pareja, social, profesional ...).

En ocasiones es necesario averiguar cual es el objetivo, descubrir lo que va con la propia naturaleza de tu ser y desde ahí qué necesitarás para llegar a el.

El proceso de coaching facilitará una mejora personal, desde la solución a "malentendidos" relacionales contigo mismo, tu entorno, familia o pareja, y en definitiva la mejora de tu emocionalidad, incluida la mejora profesional en tus competencias (apertura, comunicación y liderazgo...), un proceso que te ofrece salir del ciclo habitual, generar una nueva perspectiva para vivir con plenitud la vida que vives.

Si deseas formar parte del próximo programa, a continuación dispones de información sobre el contenido.

## Contenido del Curso

El contenido del curso, corresponde a un proceso pautado y guiado, para que lo vivas durante 7 meses en un grupo máximo de 12 personas.

1. Definición de Coaching, actualidad y actividad profesional.
2. Beneficios y aplicación del Coaching (Corporate & Executive Coaching), (Life Coaching), y (Self-Coaching) aplicado durante el curso.
3. Gestión mediante Coaching:
  - a. Modelo IN-IN (Instante integrado) y COECO (coherencia ecológica).
  - b. Las Áreas de la Vida: Definición y Organización (Relaciones Sociales, Familiares y Profesionales, Calidad de vida, Autoestima, Bienestar, Felicidad, Éxito...). Integración e Interiorización.
  - c. Gestión de las Dimensiones Personales. (emocional, mental-lingüística, corporal, energética y espiritual). Desmonte de patrones con tensión.
  - d. Mejora en la relación laboral y dirección en la Empresa a través de la aplicación de Coaching, (Liderazgo y Equipo, Comunicación, Misión, Visión, Valores y Estrategia).
  - e. Modelo GROW: Definición y Gestión de Metas y Objetivos.
  - f. Estrategias, Proyección, transferencia, el Amor y la espiritualidad como sentido profundo que atraviesa la vida.
  - g. Integración del Ser (Sentir y pensar, el "Ser", intuición, Fluir de forma auténtica).
  - h. Prácticas de Coaching individual y grupal.
4. Instante Integrado. (Generador de consciencia. ubicarse en el presente), aplicación de Coaching en el instante. Conectar con el Ser Original y Esencial.
5. Definición y Gestión Emocional.
6. Proceso de Coaching en la dimensión Energética de la persona.
7. Patrones Mentales. (Niveles Mentales, integración personal, disposición de mejora, la calma y la no tensión, Teoría de los extremos ...)
8. Distinciones Lingüísticas. (Juicios, creencias limitantes, Metáforas, recursos para la comunicación inteligente ...)
9. Disposiciones Corporales. (Presencia, Atención sin tensión, Centrado y tipos de percepción, gestión aplicada en Coaching ...)
10. Autogestión personal, trabajos grupales e individuales, tutoría y seguimiento personalizado, prácticas individuales de mejora personal, actividades prácticas y dinámicas, Coaching para el desarrollo personal y profesional, revisión de técnicas de auto-ayuda y diferencias con respecto al Coaching.
11. Definición de AutoFilosofía, Principios Generales en Coaching, Metodología y Proceso de Coaching.
12. Competencias en Coaching, Ética y Profesionalidad del Coach.

Más información al programa formativo: [www.sevillacoaching.com](http://www.sevillacoaching.com)

## Duración

El curso se compone de 84 horas presenciales, 70 horas adicionales de trabajos grupales y sesiones de Coaching como apoyo (incluidas).

### **Número de Plazas**

Máximo 12 personas por Grupo (reservas por orden de confirmación).

### **Título**

Si deseas formarte como Coach y asistes el 90% de las horas presenciales, obtendrás la certificación en Coaching Integral.

### **Horarios y Fechas**

La formación se realiza en Sevilla.

#### Grupo en fin de semana:

El Horario es el Viernes (de 18.00 a 22.00) y el Sábado (de 10.00 a 20.00).

Las fechas son:

Días 7 y 8 de Octubre 2011.

Días 4 y 5 de Noviembre.

Días 16 y 17 de Diciembre.

Días 13 y 14 de Enero 2012

Días 10 y 11 de Febrero.

Días 16 y 17 de Marzo.

Días 13 y 14 de Abril.

#### Grupo de tardes entre semana:

La formación se realiza en una tarde cada semana durante 7 meses.

El Horario es (de 18.00 a 22.00).

(cualquier modificación de fecha será comunicada con 2 meses de antelación).

Puedes consultar cuanto precises y si deseas información detallada del programa, metodología y condiciones. También si deseas mantener una entrevista personal y conocer las instalaciones.

Gracias por tu interés y confianza.  
Humberto Varas